

AZ EGÉSZSÉGES ÉLETVITELRE VONATKOZÓ ISMERETEK ÉS AZ EGÉSZSÉGMAGATARTÁS MÉRÉSE 10-15 ÉVES GYEREKEK KÖRÉBEN

Benkő Brigitta, Szélesi Bettina
PTE ETK Szombathelyi Képzési Központ

Kulcsszavak: egészségnevelés, egészségmagatartás

Vizsgálatunkban arra vállalkoztunk, hogy feltérképezzük a gyerekek egészséges életvitelre, egészségtudatos magatartásra vonatkozó alapvető ismereteit, támaszkodva a különböző tantárgyakban már elvileg elsajátított tudásanyagra. Két célzottan egészségnevelő szándékkal megtartott foglalkozás után az ismereteiket újra teszteltük. Az első felmérésben az egészségmagatartásukra vonatkozó kérdések is szerepeltek. A kapott eredményeket összevetettük különböző háttérváltozókkal (pl. nem, szülők iskolai végzettsége, önértékelés, településtípus).

A felmérés helyszíne egy városi és egy községi általános iskola volt 2010 őszén. A városi iskolában az osztályok kiválasztása a tanárok javaslatára történt. A felmérésben teljes osztályok vettek részt (N=129). A vizsgálatához saját készítésű teszteket és kérdőívet, valamint PowerPointos bemutatót használtunk. A válaszadás önkéntes és anonim volt. Az adatokat SPSS 18. programcsomag segítségével dolgoztuk fel.

Az egészséges életvitelre vonatkozó ismeretek terén a nemek között nem tapasztaltunk jelentős különbséget. Szignifikánsan különböznek viszont a gyerekek ismeretei az apák iskolai végzettsége, településtípus, s az önértékelés szintje szerint. Hipotézisünknek megfelelően a tudásteszten nyújtott magasabb teljesítmény nem feltétlenül jár együtt kedvezőbb egészségmagatartással. Az egészségmagatartása azon gyerekeknek kedvezőbb, akiknek stabilan jó az önértékelésük. Az iskolázottabb szülők gyerekei több ismerettel rendelkeznek az egészséges életvitelről, az egészségmagatartás esetén viszont már nem a családi háttér, hanem az önértékelés a differenciáló tényező. Ezt tartjuk a felmérés legfontosabb eredményének is, mivel segíthet megérteni az egészségnevelő célzatú beavatkozások hatásmechanizmusát. Az ismeretközlés mellett a tanulók önbecsülését is erősíteni kell, ha azt akarjuk, hogy egészségük személyes alakításáért felelősséget vállaljanak.

Az egészségmagatartás különböző tartalmi összetevőinek befolyásolása komplex feladat, az ismeretek nyújtása csak az első szükséges lépcsőfok. Az egészséges életvitelre vonatkozó ismeretek iskolai környezetben történő célzott gyarapítása elsősorban az alacsonyabb iskolai végzettségű szülők gyerekeinek volt hasznos. A második tesztben nyújtott teljesítményük látványosan javult.